

LA TELEVISIÓN Y LA FAMILIA

Extraído del CNICE Escuela de Padres

La televisión es uno de los recursos de comunicación audiovisual más poderosos. Hace del mundo una aldea global. Tenemos la posibilidad de estar asomados a una pantalla que de inmediato nos presenta lo que acontece en cualquier punto del planeta.

Las posibilidades educativas que tiene son espectaculares, la fuerza comunicadora de la imagen al presentarnos de manera tan intuitiva fenómenos, acontecimientos, procesos... hace que su potencial educador y formativo sea enorme en sí mismo, pero todas las posibilidades educativas que pueda tener, en la práctica depende del uso que se le quiera dar.

Produce tristeza que un medio tan poderoso como la televisión se utilice para fines tan pobres como los que vemos con tanta frecuencia en los canales, donde las audiencias es el criterio más importante para mantener o quitar un programa, al margen de la validez formativa y técnica que tenga programa.

Ante esta "invasión de la imagen" los padres necesitamos tener unos criterios respecto al uso de la televisión en la casa

El uso de la televisión

1º.-Conviene limitar el tiempo que los hijos están delante de la pequeña pantalla, por tanto es necesario seleccionar lo que se quiere ver, teniendo una información previa del contenido de los programas. Fijar una norma cuanto antes, si se quiere que la TV juegue sólo un pequeño papel en la vida de los niños.

2º.- Planificar el horario de ver la TV. Sólo se ha de conectar el televisor cuando haya un programa concreto que se desee ver. No es adecuado conectar el televisor a cualquier hora y tenerlo como música de fondo. Si los padres ven televisión indiscriminadamente lo mismo harán sus hijos.

3º.- Proporcionar al niño alternativas para distraerse. No utilizar el televisor como si fuera la niñera, excepto ocasionalmente. Mejor es que el niño practique otras actividades agradables que le mantienen entretenido y ocupado.

4º.- Negociar con el niño el tiempo que se va a ver la televisión. Coloque el plan de sesiones cerca del televisor. El niño debe saber que habrá una penalización si se incumplen los horarios, como puede ser la pérdida de los acuerdos respecto a la televisión que se verá al día siguiente.

5º.- **Ver la televisión juntos.** Siempre que sea posible los padres deberían ver la TV junto a sus hijos y, de este modo, hablar de lo que están viendo. Así se potencian los efectos positivos de la TV y se disminuyen los negativos. Si el niño ve y discute los programas con un adulto que le da explicaciones de lo que ve en la pantalla, estará más protegido

6.- **Ver la TV de manera crítica ante los mensajes que aparecen.** Esto se irá consiguiendo si se les enseña a distinguir lo real de lo ficticio, los hechos de las opiniones, lo moralmente correcto de lo incorrecto. Estas distinciones se aprenden en la medida que se crea en la familia la costumbre de comentarlos.

7.- **Hablar de lo que se está viendo.** ¿Es una historia real o una fantasía?, ¿es algo peligroso o algo bueno?, ¿qué piensas de los personajes?, ¿qué sientes viendo este programa? Anime a inventar nuevos finales.

8.- **Discutir las noticias.** El hecho de discutir el contenido de las noticias ayudará a que el niño entienda con más facilidad lo que está ocurriendo en el mundo.

9.- **Hablar de la publicidad.** Enseñe a contemplar los anuncios con ojo crítico y que así entienda que el objetivo es vender algo. ¿Parece un juguete tan bueno en la tienda como en la pantalla?, ¿qué consiguen los vendedores repitiendo muchas veces un anuncio?...

10.- **Cambiar los hábitos televisivos en el hogar.** Cuando el niño se ve que es teleadicto y ve más la TV de lo que los padres quisieran, es necesario provocar cambios ¿Cómo? Alternar la TV con otras actividades: "¿Quieres ver tu programa favorito a las 8.30? ¿qué te gustaría hacer hasta entonces?". Los padres pueden sugerir juegos de mesa, la lectura de un libro, escuchar música, pasear, repasar ejercicios escolares...

11.- **Utilizar la televisión como recompensa.** Cuando un niño disfruta con la TV, el hecho de verla es un reforzador natural de otros comportamientos. Se puede utilizar la TV como reforzador para conductas que se pueden mejorar.

Efectos que produce la permanencia excesiva ante la pantalla de TV:

- **Trastornos del sueño.** Ver programas violentos, excitantes o ruidosos a la hora de acostarse, altera el ritmo biológico del sueño. Priva del número suficiente y recomendable de horas de sueño que ha de tener un niño.

- **Consumismo.** Incita a los niños a comprar todo lo que aparece en la pantalla. Carecen de un sentido crítico para saber si conviene comprar o no lo que tan frecuentemente aparece anunciado en las pantallas. Véase la correlación existente entre anuncios de juguetes y venta de los mismos.
- **Falta de desarrollo social.** Por estar excesivo en contacto con la pantalla produce una carencia de contacto social, lo que ocasiona un déficit de relaciones con los demás sociales, y una falta de habilidades sociales.
- **Pasividad.** Lo propio de la TV es incitar a la pasividad intelectual en cuanto el espectador no se expresa, no habla, asume acríticamente lo que aparece. Genera un perfil muy típico entre los niños que permanecen muchas horas frente al televisor, caracterizado por abulia en la voluntad y déficit en la atención y concentración.
- **Tendencia a confundir lo imaginativo con la realidad.** Los niños tienen una imaginación muy desarrollada en este periodo evolutivo, les puede faltar el suficiente espíritu crítico para saber distinguir lo que es producto de la imaginación de lo que tiene un fundamento en la realidad entre lo que aparece en las pantallas.
- **Más tolerancia a la violencia y a las conductas delictivas.** El acostumbamiento por frecuencia en aparición en las pantallas de conductas delictivas y violentas hace que se dé una permisividad mayor hacia este tipo de conductas por parte de los espectadores.
- **Falta de iniciativa y creatividad.** La permanencia frente al televisor merma la iniciativa para buscar otras formas más enriquecedoras para aprovechar el tiempo de ocio. De igual manera no estimula la creatividad en los niños como lo hace los juegos.